

Vanille-Äpfel

Das köstliche Dessertrezept begleitet mich seit meinen Kindheitstagen und es wird regelmäßig bei uns zuhause zubereitet. Die Kombination aus gedünstetem Apfel, Konfitüre und Vanillepudding harmoniert perfekt und zum Vorschein kommt eine geschmackvolle und leichte Dessertvariation!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, eifrei, milchfrei siehe Tipp am Rezeptende



Für 6 Portionen

6 kleine oder normalgroße Äpfel

100g Konfitüre, Sorte nach Geschmack (in meiner Version Heidelbeerkonfitüre)

2 P. Vanillepuddingpulver

3 EL Zucker

1 Liter Milch (ggf. laktosefrei)

1. Äpfel schälen, das Kernhaus entfernen und in Wasser weichkochen. Während des Kochvorgangs stets prüfen, damit die Äpfel nicht zu weich werden und zerfallen. Die Äpfel aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und je einen Apfel in ein Dessertschälchen geben.

2. Die freien Lücken der Äpfel mit Konfitüre befüllen.

3. 800ml Milch unter Rühren zum Kochen bringen. Unterdessen die restliche Milch mit Puddingpulver und Zucker verrühren. Das angerührte Puddingpulver in die heiße Milch geben und unter rühren einmal aufkochen lassen. Den heißen Pudding

sofort über die Äpfel geben.

4. Nach Wunsch die Vanille-Äpfel mit Haselnusskrokant dekorieren.

Milchfrei – Tipp: Milch durch einen veganen Milchersatz, z.B. Mandeldrink, austauschen.

Bild 1: links: ungekochte Äpfel, rechts: gekochte Äpfel mit Konfitüre gefüllt



Weitere Bilder: fertige Vanille-Äpfel





rezepte-glutenfrei.de